

〈実践報告〉

# ボランティアによる認知症カフェの実践報告

## ー 認知症カフェ「オレンジカフェなみおか」3周年目を迎えて ー

オレンジカフェなみおか

代表 小川 武 美（社会福祉士・精神保健福祉士）

### I. はじめに

今から5年前の2013年2月22日に「NHK 首都圏スペシャル」で、高齢化率40%を超えた木更津市大久保団地が放映された。いわゆる超高齢化社会の到来により、空家の急増・買い物難民・コミュニティの崩壊など大久保団地の現状が紹介された。私はこのテレビをみて大久保団地の一住人として強い衝撃を受けた。なぜなら自身が生活している地域でありながら何が起こっているのか何も知らなかったからである。これが契機となり高齢者が住みよい街にするにはどうあるべきかについて真剣に考えるようになった。

それから2年後の2015年に日本社会事業大学専門職大学院（以下、専門職大学院とする）に入学し、コミュニティソーシャルワークを学び、超高齢化社会において増加傾向にある認知症に向き合う地域づくりの必要性を痛感した。当地域には、認知症の方とその家族が安心して過ごせる居場所と気軽に相談できる場がなかったことから「認知症カフェ」を開設しボランティアで運営したいと考え、専門職大学院を修了すると同時に取り組んだので報告する。

### II. 「認知症カフェ」立ち上げの経過

私は、専門職大学院の修了式が間近の2016年2月、自分の居住エリアを担当している木更津市南部地域包括支援センターに、当地域の公民館を利用したボランティア主導による「認知症カフェ」立ち上げのバックアップをお願いした。

その頃、木更津市内では木更津市高齢者福祉課を含め有志による「認知症カフェ」設立の動きが

あった。木更津市内には4つの地域包括支援センター（以下、包括支援センターとする）がある中で、先ず中部包括支援センター地区にある薬局が社会貢献をしたいと声を上げると、西部包括支援センター地区にあるデイサービスと北部包括支援センター地区にある農産物直売所がそれに続いた。これによって、木更津市内で「認知症カフェ」のない地域は、南部包括支援センター地区だけになってしまうことから、南部包括支援センターの職員はどうしたら良いか話し合っていた。「同法人である特別養護老人ホーム内で取り組んだらどうか」、「それでは利用者が限定されてしまうのではないか」と意見が割れてまとまらない状況下にあったので、私からの提案を快く受け入れてくれた。

このようにして、2016年4月に木更津市全包括支援センターの各エリアに一カ所「認知症カフェ」が誕生した。

### III. 「認知症カフェ」開設の準備

南部包括支援センターの職員と私は、「認知症カフェ」開設に向けて2016年2月、3月、4月に各1回、計3回の打ち合わせを行った。

その結果、「認知症カフェ」の名称は、当事者が抵抗なく参加できるように認知症の標記をしない「オレンジカフェなみおか」（以下、「オレンジカフェ」とする）とし、同年4月から毎月1回、13時から15時の2時間、波岡公民館で開催することとなった。地域に馴染んでいくカフェを目指すためには、まず、関係機関へ開設の挨拶をする必要があった。南部包括支援センター長に同行し、

「波岡公民館」、「波岡東地区民生委員児童委員協議会地区部会」、「波岡東地区社会福祉協議会」、「大久保団地自治連合会」、「おしゃべりサロン」の定例会にお邪魔し、「認知症カフェ」設立の趣旨を説明した。

そこでの説明内容は、「わが国の高齢化率は、増加傾向が続いている。この地域の高齢化率も同様である。年齢が高くなるほど認知症になる割合は大きくなるといわれている。団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となる2025年には、認知症の人は約700万人前後（65歳以上高齢者の約5人に1人）増加するとされている。すると現在の介護・医療システムでは社会保障費の増加に追いつかなくなることから、その対策として厚生労働省は、重度な要介護状態となっても可能な限り住み慣れた地域で自分らしい生活が続けられるよう中学校区程度の生活圏の中で、住民・行政・関係機関が一体となって支え合う、その地域にあった地域包括ケアシステムの構築を目指している。それに基づき認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）を策定した。その具体的施策の中に、認知症カフェ等の設置・普及があげられている。認知症カフェとは、認知症本人と家族が安心して過ごせる場、認知症に関心と理解のある人の交流の場、気軽に相談できる場であり全国の市町村で開設している。木更津市介護予防・日常生活圏ニーズ調査（2017）によると、高齢者の75.6%が認知症に対して不安があると回答した。木更津市では現在、中部・西部・北部地区で法人が開設の準備中である。南部地区では、波岡公民館で毎月1回、南部包括支援センターのバックアップでボランティアによる認知症カフェを開設することになった」と認知症カフェ開設の社会的な背景を説明し、「認知症カフェ」の開設に対する理解と協力をお願いした。

波岡公民館長は、「認知症カフェ」の公民館利用を気持ち良く了承し、「毎月第四火曜日の介護相談日は利用者が少ないので、その日を認知症カフェに振り向けたらどうか」と提案があり、「認

知症カフェ」の開催日は毎月、第四火曜日に和室14畳の休養室で行うことに決まった。

また、波岡公民館以外で挨拶した場面では、「おしゃべりサロンがあるのになぜ認知症カフェをおこなうのか」、「助成金はあるのか」、「一人100円の会費で運営できるのか」、「この地域に認知症の人が何人住んでいるか把握しているのか」、「責任者は誰なのか」、「ボランティアでの運営は難しいのではないのか」などネガティブな質問が相次いだ。質問の一つひとつに丁寧に答えて、協力をお願いした。

3月に中部地区の「認知症カフェ」が模擬カフェを開くことを知り、南部包括支援センターの職員と見学した。私たちは、この模擬カフェを参考にして、「オレンジカフェ」開設に向け具体的な話し合いに入った。

地域住民へは「波岡公民館だより」に「オレンジカフェ」がオープンすることを、以下のように掲載していただき波岡地区の全世帯（1,800世帯）に広報した。

オレンジカフェなみおか、オープンします！  
認知症に関わる方、関心のある方が集まる認知症カフェ「オレンジカフェなみおか」を開催します。認知症の方、ご家族の方、お茶を飲みながら、ちょっと一息しませんか？認知症のことをもっと知りたい認知症サポーターさんも大歓迎です。

☆日時 4月26日（火）午後1時から3時

☆会場 波岡公民館 1階 休養室（和室）

☆参加費 100円

お茶とお菓子を出します。申し込み不要、出入り自由です！ぜひ、ご来場ください！！

☆お問い合わせ

認知症地域支援推進員 S TEL12-3456

（南部包括支援センター内）

#### Ⅳ.「オレンジカフェ」オープン当日

「利用者は何名来ていただけるだろうか」、「認

知症サポーター並びに専門職のボランティア（以下、スタッフとする）は集まるのだろうか」など不安な気持ちで、オープン当日を迎えた。いざオープンしてみると当事者と家族が12名・認知症サポーター5名・専門職5名・関係者18名の合計40名の参加があり、休養室は過密状態となった。認知症サポーター5名は、「おしゃべりサロン」でのボランティア経験者で準備も手際良く進んだ。まさに救いの神であった。「オレンジカフェ」が終了後、スタッフ10名は、後片付けを手早く済ませて車座に座り「今日の振り返り」と「今後の取り組み方について」話し合った。その結果、「利用者から相談を受けた時はどう対応したらいいのか」、「名札の着用はどうか」、「会費の集め方は入り口に貯金箱を置いて自主的に参加費を入れてもらってはどうか」、「ただ団欒するだけでなく30分～40分程度の利用者に役立つミニ講座を開催してはどうか」、「楽器演奏と合唱・体と指先を使うプログラムを実施したらどうか」、「毎月公民館だよりで次回開催のお知らせを行ったらどうか」など建設的な意見が続出した。

そこで、次回から次のように取り組むことになった。

#### 1. タイムスケジュール

12:30 スタッフ全員による準備（テーブルや座布団など会場の設営・お菓子の小分け・給湯してお茶やコーヒーの用意）

13:00 オレンジカフェオープン 各自懇談（利用者同士・利用者とスタッフ）

14:00 活動プログラム（ミニ講座・楽器の演奏で懐メロや童謡の合唱・リハビリ体操や手先を使う創作活動など）

14:40 各自懇談

14:55 参加者全員で季節の童謡を合唱してクローズ

15:00 スタッフ全員で後片づけ後、振りかえり

※13:00～15:00 専門職スタッフによる相談受付は、この様なタイムスケジュールで微調整を加えつつ活動を継続している。

2. 相談は、専門職スタッフが対応する。

3. スタッフは、次の3つの「オレンジカフェ」のルール（きまりごと）を守る。

・お互いに支え合いましょう！

・思いやりを大切にしましょう！

・個人情報を守りましょう

※この3つのルール（きまりごと）は、スタッフ全員が着用する名札の裏に記載する。

4. 毎月波岡公民館だよりで次回開催の広報をする。

## V. 「オレンジカフェ」を実践して

この間の取り組み概要は、表-1にまとめた。

表-1. 「オレンジカフェ」取り組み一覧

年/月	活動プログラムの内容	利用者+スタッフ他 =合計参加者数(名)	備 考
H28/4	「オレンジカフェオープン」カフェタイム	12+28 = 40	サービス提供方法の検討。次回から活動方法を検討する
5	ハーモニカ演奏（スタッフ）で「ふるさと」を合唱し故郷の回想	18+17 = 35	ボランティアスタッフ（以下、ボラスタ）へ認知症カフェの目的再確認と回想法の説明
6	バルーンアート（講師：特養職員）	5+12 = 17	会費の集め方検討。認知症のパンフ依頼
7	折り紙教室「セミ・ぴょんぴょんカエル」（スタッフ全員）	16+14 = 30	公民館長、木更津市内の中学校教諭2名参加。ボラスタへ「認知症のお年寄りへの対応」パンフ配布
8	参加者とハンドベル演奏（スタッフ）	6+11 = 17	次回から利用者が認知症の冊子やパンフを自由に持ち帰れるよう入り口に用意する
9	リハビリ棒での体操（スタッフ）	12+16 = 28	全員がリハビリ棒をつくった。君津市周南公民館職員1名、民生委員2名、ボランティア1名見学
10	折り紙「箱」（講師：特養職員）	13+19 = 32	折り紙の難易度が高く利用者戸惑う。木更津市アンケート協力。薬剤師1名と実習生2名見学。畑沢地区より2名参加

11	「薬について」ミニ講座（講師：薬剤師）	8+8 = 16	処方された薬の質問が多くでる。来月は年末のため第3週に繰り上げて実施
12	キーホルダー事業の説明・ハンドベル演奏（スタッフ）	11+9 = 20	利用者の席が固定化してきたので対応を検討。利用者が孤立しないよう声かけをする
29/1	スターかるた（スタッフ全員）・ハーモニカとギター演奏で懐メロ合唱（NPO 法人ナルク）	11+8 = 19	ショートステイより2名参加。来月木更津市実施予定の徘徊声かけ訓練に参加の呼びかけ
2	認知症予防体操（講師：理学療法士）ハーモニカ演奏（スタッフ）による合唱	17+15 = 32	利用者に認知症の資料説明。若年性アルツハイマーの新規利用者1名参加
3	輪投げ（スタッフ全員）・かみちぎり（スタッフ）	20+11 = 31	家族より輪投げが上手な認知症の方がいた。次の1周年記念の取り組み検討
4	1周年記念として三線の演奏（ケアマネージャー）・ストレッチ体操（スタッフ）	14+13 = 27	1人での行動が難しい利用者が1名参加し支援の検討。カッププリン提供
5	リハビリ棒で転倒予防・認知症予防体操（講師：理学療法士）	14+11 = 25	君津市地域包括（セ）、木更津市中央公民館職員1名見学。今年度の活動プログラム検討
6	「口腔ケア」ミニ講座（講師：訪問歯科医師）	22+10 = 32	歯医者さんの治療を受けた時、聴けなかった質問が多く出る。新規利用者6名参加
7	ウクレレ&キーボードの演奏で合唱（大久保団地のボランティア・バンド）	16+17 = 33	演奏に合わせて踊りだし盛り上がる。薬剤師1名見学。新規利用者2名参加
8	「脱水と熱中症について」ミニ講座（講師：薬剤師）	18+9 = 27	用具入れケース購入。残高が多くなったので（7月現在 19,078 円）菓子のグレードアップ
9	「初期支援集中チームについて」ミニ講座（講師：木更津市高齢者福祉課） 「音楽療法」（日本セラピスト協会）	19+19 = 38	ミニ講座の内容は良かったがマイクが必要であった。音楽療法で盛り上がる。木更津市社協所属の傾聴ボランティアグループ「たんぽぽ」より2名参加
10	「お話会」（講師：木更津市図書館の司書）	17+12 = 29	利用者は話に集中していた。テーブルの配置換えは好評であった。出入りの際、安全な靴の脱ぎ方について検討した
11	大正琴の演奏で懐メロの合唱（大正琴サークル）	18+15 = 33	利用者は、演奏者の話に加わっていた。座って脱ぎ履きできるスペースを2カ所設けた
12	タオルで来年度の干支であるワンちゃんづくり（スタッフ）	16+13 = 29	利用者は熱中する。社協より5万円の助成金を受ける。スタッフに、これまでの収支報告。富津市職員1名見学
30/1	「成年後見制度」ミニ講座（講師：市民後見人） ハーモニカ演奏（スタッフ）で童謡合唱	10+18 = 28	質問が相次ぐ。活動資金5万円の使途検討の結果、立て看板・デジカメ・コピー用紙に決定
2	「似顔絵当てクイズ・コマ回し・ギター演奏で懐メロ合唱」（個人ボランティア）	29+13 = 42	参加者数が多く、テーブルを追加して3グループに分けた。ギター演奏のアンコールがあった。
3	「消費者トラブルの実態を理解し、その対応について」出前講座（講師：木更津市消費者センター）	29+13 = 42	利用者から質問多数。サポーター養成講座を修了者1名よりスタッフの申し出があり了承。次年度スタッフ7名ボランティア保険加入手続き完了
4	2周年記念としてビンゴゲームとハーモニカとギター演奏による合唱（社会福祉法人職員とスタッフ）	23+25 = 48	会場は過飽和状態。NPO 法人ナルク2名、臨床心理士・大学院生各1名、富津市健康友の会4名見学。全員に景品・カッププリン提供。希望者と記念写真

## 1. 利用者の様子

認知症の利用者は、家族やデイサービスの職員の付き添いで参加した。活動プログラムでは、新聞紙を丸めてリハビリ棒をつくれるし、付添いの家族より輪投げが上手な人がいた。また、合唱の際に歌詞カードはめくれないが、開いてあげると歌詞カードを見ながら自慢の美声を響かせていた。さらに、元気な時の職業を話題にあげると生き生きとした表情になっていた。その後も、体調が優れない時以外は、毎回参加し

ている。

## 2. 利用者の相談

利用者の相談は、公民館の個室を利用して専門職スタッフが対応した。相談内容は、「介護施設の利用手続きについて」、「自分の家族が認知症かどうか」、「認知症の方との接し方について」など家族に関することが主であったが、認知症に限らず「暗い部屋に閉じこもっている家族の対応について」など精神についても相談があった。



### 3. 活動プログラム

活動プログラムは、オレンジカフェ第二回目以降継続している。利用者は、ミニ講座では講師に質問が絶えなかった。また、リハビリ体操では一生懸命体を動かし、バルーンアートや折り紙など手先を使う創作活動では、スタッフの支援を受けながら熱中していた。スタッフは、この様な利用者の熱心な姿を目の当たりにして二カ月先までの活動プログラムの内容を検討し講師に依頼した。どの講師も気持ち良く引き受けていただいた。講師の都合がつかない場合は、スタッフが力を合わせてハーモニカ、ハンドベル演奏、折り紙、手芸、介護保険制度についてなどに取り組んだ。なお、なるべくミニ講座の次は身体を動かす活動プログラムを取り入れるようにしている。

### 4. 「交流サロン」と「認知症カフェ」の確認

振り返りの時に認知症サポーターより、「交流サロン」と「認知症カフェ」の違いについて質問があったのでスタッフ全員で確認した。

「交流サロン」は、介護予防・日常生活支援総合支援事業のうち一般介護予防事業で高齢者が要介護状態にならないために地域での交流の場であり、生きがい・仲間づくり・介護予防・学習・閉じこもり等を防ぐことを目的としている居場所である。

一方、「認知症カフェ」は、新オレンジプランの4番目の柱であり認知症の方とその家族、認知症に関心のある皆様がお茶を飲みながら、仲間同士やスタッフと自由に話をして過ごし、また悩み事を相談できる場所である。

### 5. 木更津市との関わり

木更津市は、2016年4月に認知症カフェが市内4カ所でオープンすることを広報誌と認知症ケアパスで全戸配布して紹介した。また、2017年11月に開催された木更津市オーガニック・シティ・フェスティバルにおいて認知症カフェのコーナーを設け、認知症サポート医による講演会・パネル等で「認知症カフェ」の取組を紹介した。

### 6. 社会福祉協議会との関わり

社会福祉協議会は、2016年6月発行の広報誌「福祉きさらづ」で木更津市内の認知症カフェを紹介し、「オレンジカフェ」のオープン時の写真を掲載した。

2017年9月には、波岡東地区社会福祉協議会より助成金の対象として「オレンジカフェ」を選んだので、是非、申請していただきたいと連絡があった。スタッフに報告すると拍手をして喜んだ。早速、平成29年度の事業計画と予算書を社会福祉協議会に提出し、ヒアリングを受けて5万円の助成金が下りた。5万円の使途についてスタッフと相談し、記録・広報用の「デジカメ」と「オレンジカフェ」の開催を知らせる「立て看板」並びに「コピー用紙」を、購入することにした。さらに2018年4月には、波岡東地区社会福祉協議会の構成団体として総会に諮りたいとの連絡があり構成員団体申込書を提出した。5月の総会で了承され、今年度より年間3万円の助成金が受けられることになった。牛歩の歩みではあるが社会福祉協議会より経済的な支援を得たことで、安定的な活動を継続していくための基盤ができた。

### 7. 公民館での啓発活動

「オレンジカフェ」に取り組んで10回目が過ぎた頃から、木更津市内公民館より講師依頼がくるようになった。市内16カ所の公民館がある中、4つの公民館で講演を行った。講演内容は、「高齢化の特徴」、「地域の主な課題」、「認知症高齢者の現状」、「わが国の認知症施策」、「認知症とその家族を支える取組」、「オレンジカフェなみおかの紹介」、「認知症の人との接し方について」であった。約1時間30分講演した後、質疑の時間を30分間設けた。「認知症の人との接し方について」の質問が多く、聴講していただいた方々がいかに認知症に対して強い関心を持っているかを知ることができた。

公民館での講演は、自分自身の勉強にもなった。例えば、中央公民館での講演では、参加者より介護予防について一次予防・二次予防事

業を見直し、新しい介護予防・日常生活支援総合事業が2015年4月の介護保険法の改正でスタートしたことを指摘された。そこで調べたところ木更津市は2016年3月より新制度に移行していたことを知り、恥ずかしながら自身の学習不足を反省した。

#### 8. 「オレンジカフェ」への見学者を迎えて

開設当初は主に関係者（市内の他の認知症カフェ・中学校教諭・社会福祉協議会・市の高齢者担当職員など）の見学が多かったが、開催回数を重ねるごとに専門職（社会福祉士・臨床心理士・理学療法士・薬剤師の実習生など）の見学が目立つようになった。

その一方で、「オレンジカフェを開催して14回目の2016年9月に君津市周南（すなみ）公民館で認知症カフェの開設を目指している周南公民館職員1名・民生委員2名・ボランティア1名の見学があった。公民館を利用すれば100円会費でボランティアによる認知症カフェの運営が可能であることを説明した。それから半年後の4月に周南公民館の職員よりメールが届いた。住民有志が協議・準備を重ね昨年12月に認知症カフェ「すなみほっとサロン」を周南公民館で開設した。毎月1回100円会費で続けていて、この4月以降は「運営委員会」が主催しているとの報告があった。

「すなみほっとサロン」が開設して2年目を迎えた今年の1月に見学させていただいた。利用者は27名参加し、しばし団欒の後、「絵手紙づくり」、ミニ講座「介護が必要になったら」、「景品付きお楽しみじゃんけん大会」、「ハーモニカとギター演奏で懐メロ合唱」と盛り沢山の活動プログラムが取り組まれた。利用者の笑顔が絶えず和やかな雰囲気に包まれていた。

今年の4月には、NPO法人ナルクの「おしゃべりサロンそよ風」から2名、富津市「健康友の会」より4名の見学者があった。富津市「健康友の会」の方々は、富津市には認知症カフェがないので自分たちで認知症カフェを立ち上げたいと言っていた。支援の依頼があったので快

諾した。

#### 9. 活動資金について

開設祝い金として「千葉育美会」と「南部包括支援センター」より各5,000円をいただいたので準備金にあてた。利用者一人100円会費で菓子・日本茶かコーヒーを提供しても、会場費・光熱代・講師謝礼代がかからないため、少額ではあるが残高は増加傾向にあった。そこで、1周年（13回）と2周年（25回）目には、カッププリンを食し、17回目には菓子のグレードアップをし、24回目にはスタッフ全員がボランティア保険に加入した。

なお、2018年4月より木更津市は公民館の有料制を導入したが、「オレンジカフェ」は社会福祉団体として使用料免除の対象になった。

#### 10. 「オレンジカフェ」3年目を迎えて

2016年4月に開設した認知症カフェ「オレンジカフェなみおか」は、2018年4月で3年目を迎えることができたので、公民館だよりに次のような挨拶文を掲載させていただいた。

「オレンジカフェなみおか」3年目を迎えて

代表：小川武美

当地域は、木更津市内でも高齢化率が高い地域となっております。そこで、地域のみんなで支え合う認知症高齢者等にやさしい地域づくりを目指して、木更津市で唯一の公民館を利用したボランティアによる「オレンジカフェなみおか」を開設して、早3年目を迎えることができました。これまで、ご支援、ご協力をいただきました皆様に、感謝とお礼を申し上げます。

認知症は、高齢になるほど誰もが関わる可能性のある病気で、今や国民病といわれております。恥ずかしいとか、誰にも知られたくないといった心配はいりません。「オレンジカフェなみおか」では、認知症のある方やそのご家族、関心のある方が安心して過ごせる居場所として、また、気軽に相談できる場としてスタッフ一同、皆様のご利用をお待ちしております。

## Ⅵ. 考察

ボランティアによる「認知症カフェ」の実践によって以下のことが明確になった。

### 1. 「認知症カフェ」の意義

「認知症カフェ」は、認知症を切り口とした居場所として、悩みを抱え込まないための親身な相談や生活上必要なミニ講座並びにリハビリ体操・指先を使った創作活動、童謡や懐メロの合唱などの活動プログラムを通して、参加者相互の連帯感が生まれる。それが徐々に深まることによって自分達で支え合う地域の大切さが認識され、住民意識の向上に結びつくところに意義があると考ええる。このような住民意識の向上は、住民本位・住民主体とした地域包括ケアシステムが地域に定着する上で重要になると今回の実践で明らかになった。

### 2. 核となるリーダーの存在

「認知症カフェ」は、住みやすい地域に変革していきたいとの志を持った一福祉の専門職であってもボランティアとして設置・運営にソーシャルワークのスキルを生かすことができる。また、「包括支援センター」と協同により「認知症カフェ」の環境づくりに取り組むことで地域づくりの一翼を担うことが可能となることがわかった。それには核となるリーダーの存在が不可欠である。リーダーがリーダーシップを発揮することによって「包括支援センター」や「認知症サポーター」並びに「行政や関係団体」との環境調整がスムーズとなり、地域に根ざした活動が継続できると考える。

### 3. 「包括支援センター」との協同

「包括支援センター」は、地域における福祉活動の拠点として、地域住民の福祉増進や意識の高揚を目的とした活動をしている。活動に際しては、行政や関係機関とのつながりが深く地域の情報が豊富である。公的な立場に立って中立性・公平性を損なうことのないよう地域との関係性を密にしている。そのため、「認知症カフェ」の開設・運営には「包括支援センター」との協同は、有効であると考ええる。

### 4. 認知症サポーターの協力

認知症サポーター養成講座の受講生は、新オレンジプランの推進によって年々増加傾向にあり、2018年4月現在、全国で1,000万人を超えている。彼らは、地域住民の見守りなどの大切な担い手となることから「認知症カフェ」の運営には必要な存在であることがわかった。しかし、当事者やその家族から声をかけられたらどう対応したら良いのか、また、認知症について聞かれたらどう答えたら良いのかといった不安を抱えていることから、必要な時に専門職の支援や認知症サポーターに対するスキルアップのためのフォローアップ研修が必要であると考ええる。

### 5. 地域の社会資源活用

地域の多様な社会資源の活用によって、ボランティアによる「認知症カフェ」の運営は維持できることがわかった。例えば、1) 公民館など公的な施設を利用することで会場は無料で確保できる。2) 地域の高齢者にかかわっている「包括支援センター」のバックアップがあるということで住民は安心して参加できる。3) 認知症サポーターの活躍の場となる。4) 医療・介護・福祉などの専門職は、ミニ講座で専門性を発揮できる。5) 個人ボランティアは特技を披露して会場を和ませてくれる。6) 行政は、広報誌や認知症ケアパスで社会資源の一つとして紹介してくれる。

このように「認知症カフェ」は、地域の社会資源を有機的に結び付けていくことで地域に根づいた活動の継続につながるということがわかった。

### 6. 参加者数を伸ばした背景

「オレンジカフェ」に多くの参加者が集まるよう公民館だよりで広報するほかにスタッフは、「おしゃべりサロン」と「認知症カフェ」の違いを理解した上で仲間に参加の声かけを行った。また、活動プログラムでは、合唱や創作活動以外にミニ講座で専門職の講師より普段なかなか聞けないことを直接聞く機会を設けた。そしてスタッフは利用者と、傾聴モードで

接した。これらの相乗効果によって、参加者は2年目になると徐々に増加してきたと考える。利用者からは「オレンジカフェをつくってくれてありがとう」と声をかけられ、スタッフ一同何とも言えない充実感を味わっている。

## Ⅷ. おわりに

「オレンジカフェ」を立ち上げてこの2年間は、第一段階として多くの利用者が気楽な気持ちで参加していただけるような活動プログラムに力を注いだ。また、スタッフは、会場がホットな雰囲気で包まれるように盛り上げた。その成果として利用者は、2年目になると徐々に増加してきた。3年目は、第二段階としては利用者がお客様を少しずつ脱皮することや、利用者の顔が見えない時が

続いたら訪問して孤立の防止に努める（「認とも」）などの取り組みを検討したい。

ボランティアによる「認知症カフェ」の運営は、どこからも縛りを受けることなく利用者に集中できた。しかし、「オレンジカフェ」はあくまでもボランティア団体であることを常に忘れることなく、利用者とスタッフの双方が決して重荷にならないように取り組んで行きたい。

公民館を利用したボランティアによるささやかな「認知症カフェ」の取り組みではあるが、今後、住民・行政・関係機関との関わりをより深め、住民本位・住民主体のネットワークへと結びつくようなコミュニティソーシャルワークを展開していきたいと考える。

## <参考文献>

1. 「認知症介護基礎研修標準テキスト」（2015年）監修 認知症介護・研修センター
2. 平成28年度版「高齢社会白書（概要版）」内閣府
3. 厚生労働省（2017年）「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」～認知症高齢者にやさしい地域づくりに向けて～
4. 「木更津市介護予防・日常生活圏ニーズ調査」（2017年3月）
5. 平成28年4月15日、平成30年4月13日発行「波岡公民館だより」
6. 「認知症カフェを語る」朝日新聞社 CRS 推進部編
7. 「木更津市介護予防・日常生活支援総合事業」  
[http://www.city.kisarazu.lg.jp/resources/content/48723/20160311\\_193350.pdf](http://www.city.kisarazu.lg.jp/resources/content/48723/20160311_193350.pdf)  
(2018年3月15日取得)
8. 朝日新聞朝刊（2018年4月15日）「認知症サポーター1千万人」